INFORMATION Book

中央公民館
図書室からの
お知らせです

ほん大好き

中央公民館図書室☎42局7200番

今月**新しく**入りました。

※１月の新刊は、４日（火）からの貸出となります。

一般の本

・ペッパーズ・ゴースト（著＝伊坂幸太郎）
・もっと〃「育ちがいい人」だけが知っていること（著＝諏内えみ）
・妻から哲学（著＝土屋賢二）

子どもの本

・街どろぼう（著＝ｊｕｎａｉｄａ）
・パ・パ・パ・パ　パジャマ（文＝石津 ちひろ）
・きみはたいせつ（作＝クリスチャン・ロビンソン）

中でもこの本が**オススメ**です。

星を掬う

著＝町田そのこ

小学１年の時の夏休み。母と二人で旅をして、その後、母に捨てられた――

ラジオ番組の賞金ほしさに、ある夏の思い出を投稿した千鶴。それを聞いて連絡してきたのは、自分を捨てた母の「娘」だと名乗る恵真だった。

かいじゅうたちはこうやってピンチをのりきった

著＝新井洋行

注射、くらやみ、仲間はずれ、みんなの前で話すこと。この世は、こわいことだらけ。

不安や恐怖と共存する方法を、かいじゅうたちと一緒に考えます。ドキドキ、ざわざわを味方につける、とっておきの方法とは・・・？

絵本作家とドクターによる、これからを生きる子どもたちのための絵本。

子どものお話の会お休みのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により
１月の子どものお話の会はお休みします

広がる本だな

本は知識を深めるだけでなく、人と人とのつながりを広げてくれます。新たな本との出会いは新たな人との出会いの始まり。広がる本だなでは、新たな本との出会いの場として、毎月おすすめの本を２冊紹介します。今月の紹介者は金子美代子さんです。

伝説のエンドーくん

著＝まはら三桃

創立99年の伝統校、市立緑山中学校２年生の各担任が書いた連作短編集です。勉強だけ教えていればいいわけではありません。しかし、指導する先生たちも悩み苦しみながら生きています、ひとりの大人だということを忘れてはいけません。先生たちは生徒からあだ名の洗礼を受けます。愉快なものもあれば、不愉快なものもあります。好むと好まざるにかかわらず、生徒の眼は厳しいです。いじめの現場に居合わせた美術の先生の言葉は胸にずっしりときます。

校舎の中にはディズニーランドの隠れミッキー的、エンドーくん落書きが数えきれないほどたくさんあります。緑山中学校の歴史が感じられる落書きが、悩んだとき天からのエンドーくんメッセージのように思えてきます。

いのちのおはなし

文＝日野原重明　絵＝村上康成

みんなのおじいちゃんよりも、もっとおじいちゃんのような先生が、４年２組の教室へ入ってきました。

「いのち」についての授業です。95歳が10歳前後の子どもたちへ「いのちはどこにあると思いますか？」と問いかけます。みんなは口々に思ったことを答えます。

あとがきの「いのち」と「こころ」に日野原先生は書いています。「いのち」は平等にあります。「いのち」をどう使おうかと決める「こころ」は見えませんが、見えないものこそ大切にすべきです。空気は見えませんが、人が生きるのに大切だというのに似ています。

この本を読み聞かせすると静かな空気に包まれます。10歳前後の子どもたちが「いのち」について考えているのを感じます。私自身も残っている「いのち」を子どもたちと一緒に考える瞬間でもあります。

／開館時間は午前９時から午後５時まで（１階ロビー・返却窓口は午後９時30分まで）。
／１月の休館日は、１日（土・祝）～３日（月）、５日（水）です。／返却期限が過ぎている本は、至急ご返却ください。

石井放射線科長の
調子はいかが？
くらて病院☎42局1231番

くらて病院スタッフからの健康アドバイスです

Health ADVICE

今度CT検査を受けます。被ばくの影響はありませんか？（50歳・男性）

CT検査と放射線

CT検査は、身体の中をより詳しく調べるために行います。この検査は、放射線を利用し、僅かですが、放射線被ばくを受けることになります。

まずは、放射線が身体に及ぼす影響について説明します。放射線の影響には、「確定的影響」と「確率的影響」があります。

確定的影響

「確定的影響」は、一定以上の放射線を受けると稀に影響が生じる可能性があるとされており、〝しきい線量（値）〟が存在すると考えられています。例えば、放射線の影響による一時的な脱毛は約4グレイ（Gy）＝4000ミリグレイ（mGy）の被ばくの後、2，3週間の潜伏期を経て、発生します。「確定的影響」では、しきい線量より低い線量ではいかなる放射線の影響も生じないことを前提としており、CT検査では、通常〝しきい線量〟を超えるような放射線量を用いることはありません。

確率的影響

「確率的影響」は、主に発がんについて示されたもので、〝しきい線量〟がなく、100ミリシーベルト（mSv）以上の被ばくでは、身体に受ける線量と比例して直線的にリスクが増加することが知られています。100mSvより低い被ばく線量では、発がんとの関係は今日でも確認されていませんが、非常に小さいながら直線的に増加すると推定されています。

放射線検査

放射線検査は、得られる医療情報による利益がリスクより十分大きいと判断される場合に行います。また、放射線による検査を一定期間毎にお奨めすることもあります。定期的に検査することで病気や異変・治療効果などを適正に検出し、最善の治療につなげることにより、皆さんの「生活の質」の保持・向上に寄与するためです。

二〇二〇年の医療法施行規則一部改訂により、すべての医療機関において、一部放射線診療機器（くらて病院での対象機器はCT装置のみ）に検査を受けた人の被ばく線量を把握し、適切な被ばく線量になるよう一定期間毎にデータを収集、解析すること等が義務付けられました。くらて病院でも検査を受けた人の被ばく線量を把握し、適切な被ばく線量になるよう一定期間毎にデータを収集しています。データ収集後、診断参考レベル（diagnostic reference level:DRL）と呼ばれる放射線診断で通常用いられる標準的な線量との比較を行い、適正な線量となるよう調整を行っています。また、小児撮影においては、くらて病院での検査数が少なく統計がとれていませんが、上限線量を診断参考レベル以下に設定しているため、必要以上に被ばくする心配はありません。

放射線検査は、得られる医療情報による利益がリスクより十分大きいと判断される場合に行います。どの医療施設でCT検査を受けられても、通常の検査では、身体に影響を及ぼすことはありません。

【アドバイザー】
石井英之・いしいひでゆき・昭和61年より鞍手町立病院に勤務。現在はくらて病院放射線科長。